

«СОГЛАСОВАНО»

Представитель трудового
коллектива МБУ ДО СШ №18

 Таянович В.С.

«30» 05 2023г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУ ДО СШ №18

 Изикаева Р.Р.
«30» 05 2023г.


ИНСТРУКЦИЯ № 1 ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПЛАВАНИЮ

Во время тренировочного процесса по плаванию должны быть предусмотрены меры страховки и предупреждения случаев травматизма.

Необходимо соблюдать установленные нормы и требования, предъявляемые к организации и методике проведения тренировочных занятий в плавательном бассейне, спортивном зале, на открытом воздухе.

Ответственность за правильность организации и методике проведения занятий по плаванию целиком лежит на тренере.

ТРЕНЕР ОБЯЗАН:

1. Не допускать к занятиям спортсменов, не прошедших врачебный осмотр и не имеющих допуск врача к занятиям плаванием.
2. После болезни спортсмена допускать его к тренировочным занятиям только после предъявления справки врача, разрешающей приступать к тренировкам.
3. Вести журнал учета травматизма и отмечать в журнале фамилию получившего травму, его тренировочную группу, дату получения травмы, характер травмы, ее тяжесть, фамилию тренера и его роспись.
4. Ни на секунду не оставлять тренирующихся пловцов без присмотра.
5. На местах проведения тренировочных занятий иметь медицинскую аптечку для оказания первой помощи.
6. Во время тренировки в бассейне и спортивном зале внимательно следить за соблюдением пловцами правил безопасности. Соблюдать правила организации тренировочных занятий на воде и принципы обеспечения техники безопасности плавания.
7. При обучении специальным упражнениям применять правильные современные приемы помощи и страховки.
8. При проведении занятий с новичками находиться в чаше бассейна, непосредственно с учениками.
9. Вести систематическую воспитательную работу, направленную на осознанное выполнение пловцами всех указаний тренера во время тренировочных занятий.
10. На тренировочных занятиях провести инструктаж по технике безопасности, (беседу) о правильном поведении на воде с оформлением ведомости проведения инструктажа с подписями инструктируемых.
11. Заранее и тщательно продумывать и конспектировать содержание каждого тренировочного занятия с учетом всех возможных обстоятельств его проведения.
12. Организовывать занятия так, чтобы каждый занимающийся был в надлежащей спортивной форме и неукоснительно выполнял указания и распоряжения.

СПОРТСМЕН ОБЯЗАН:

- С инструкцией ознакомлены:**

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are approximately 20 lines visible. The paper appears to be a standard notebook page.